

Согласовано

Директор МБОУ-СОШ № 55

Л.В. Шаерман



Утверждаю директор

ООО «Комбинат общественного питания»

О.Ю. Козырева



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. ЕКАТЕРИНБУРГ
НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2024-2025 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств родительской платы одноразовое питание (обед)
5-11 КЛАСС выпечка

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8	934
Итого за Полдник		60	5,16	4	35,41	196,8	
Итого за день		60	5,16	4	35,41	196,8	

(лист 2)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Слойка с клубничкой ©	70	6,83	6	232,04	157,8	677,08
Итого за Полдник		70	6,83	6	232,04	157,8	
Итого за день		70	6,83	6	232,04	157,8	

(лист 3)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Булочка с корицей	60	3,07	2	19,17	107,9	783
Итого за Полдник		60	3,07	2	19,17	107,9	
Итого за день		60	3,07	2	19,17	107,9	

(лист 4)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Булочка сдобная с куркумой	60	5,32	4	35,03	197,3	1 047
Итого за Полдник		60	5,32	4	35,03	197,3	
Итого за день		60	5,32	4	35,03	197,3	

(лист 5)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Манник	60	4,01	5	37	207,1	1 182
Итого за Полдник		60	4,01	5	37	207,1	
Итого за день		60	4,01	5	37	207,1	

(лист 6)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Булочка дорожная.	60	4,41	11	34,55	188,9	770
Итого за Полдник		60	4,41	11	34,55	188,9	
Итого за день		60	4,41	11	34,55	188,9	

(лист 7)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Маффин ванильный®	40	5,48	6	6,36	99,3	806,13
Итого за Полдник		40	5,48	6	6,36	99,3	
Итого за день		40	5,48	6	6,36	99,3	

(лист 8)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Булочка творожная	60	7,57	9	29,71	227,3	1 123
Итого за Полдник		60	7,57	9	29,71	227,3	
Итого за день		60	7,57	9	29,71	227,3	

(лист 9)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Ватрушка с повидлом	60	3,77	4	39,96	208,2	938
Итого за Полдник		60	3,77	4	39,96	208,2	
Итого за день		60	3,77	4	39,96	208,2	

(лист 10)

Рацион: ЕКБ Комплекс (выпечка) 5-11 класс

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Улитка с шоколадом®	60	4,39	4	149,17	262,5	677,23
Итого за Полдник		60	4,39	4	149,17	262,5	
Итого за день		60	4,39	4	149,17	262,5	
Итого за период		590	50,01	55	618,4	1853,1	
Среднее значение за период		59	5	5,5	61,8	185,3	